

# 「遊び」教育



～子どもに外遊びの楽しさを～

---

一橋大学 岡本ゼミチームT

○館野友佑 石井亜実 小林拓途 團佳歩



皆さんは子どものころ  
どのような遊びをしましたか？

# 「遊び」の意義

---

- ・スポーツの三つの要素－遊戯 闘争、および  
はげし  
(ベ
- ・スポーツの三つの要素－遊戯 闘争、および  
争

「遊び」=スポーツに不可欠な  
「楽しさ」や「自由さ」の要素をもつ

(アレン・グートマン 「儀礼から記録へ：近代スポーツの本質」より)

参考：笹川スポーツ財団「スポーツとは何か」  
<http://www.ssf.or.jp/history/essay/tabid/1112/Default.aspx>

# 目次

---

- 1 • 問題提起      子どもの体力低下
- 2 • 原因分析
- 3 • 現在行われている取り組み
- 4 • 政策提言      「遊び」教育

子どもの  
体力低下

原因分析

現在の  
取り組み

政策提言

# 問題提起

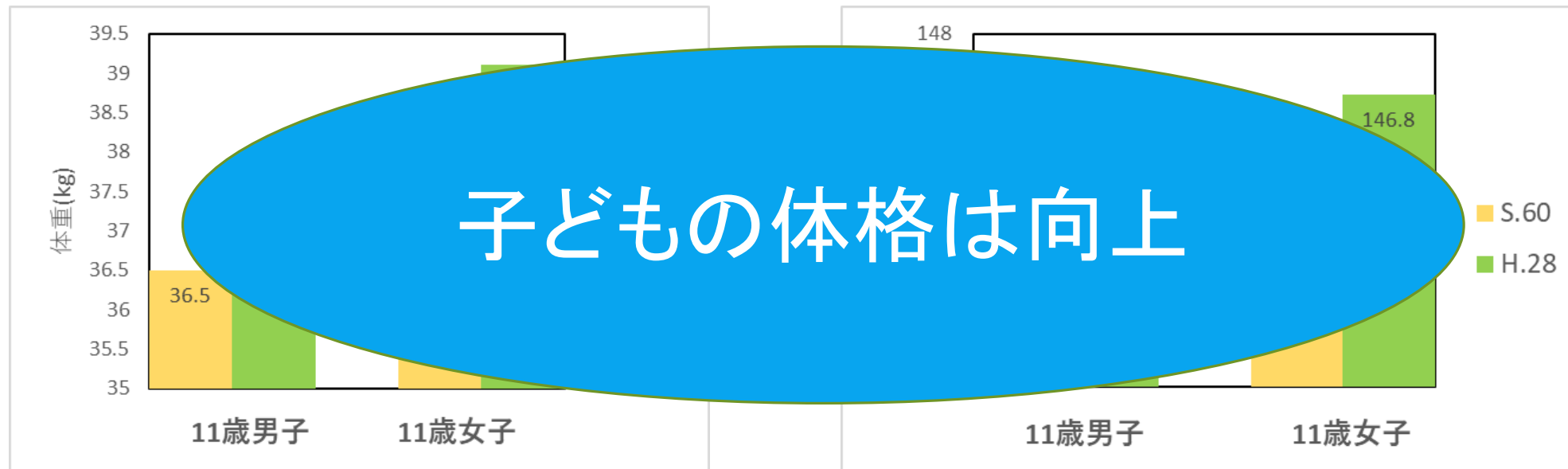
---

子どもの  
体力低下

# 現状：体格の変化

体重

身長



参考：子供の体力向上ホームページ

<https://www.recreation.or.jp/kodomo/current/now.html>

# 現状：運動能力の変化

## 50メートル走

## ソフトボール投げ



参考：子供の体力向上ホームページ  
<https://www.recreation.or.jp/kodomo/current/now.html>

# 子ども自身への影響

子どもの  
体力低下

原因分析

現在の  
取り組み

政策提言

## 健康面

- 肥満
- 生活習慣病



## 精神面

- 意欲、気力の低下  
→「生きる力」  
の低下



子どもの  
体力低下

原因分析

現在の  
取り組み


政策提言

# 将来の社会全体への影響

国民全体の  
体力低下

人間性豊かな  
人材育成が  
妨げられる

医療費など社会的  
コストの増加



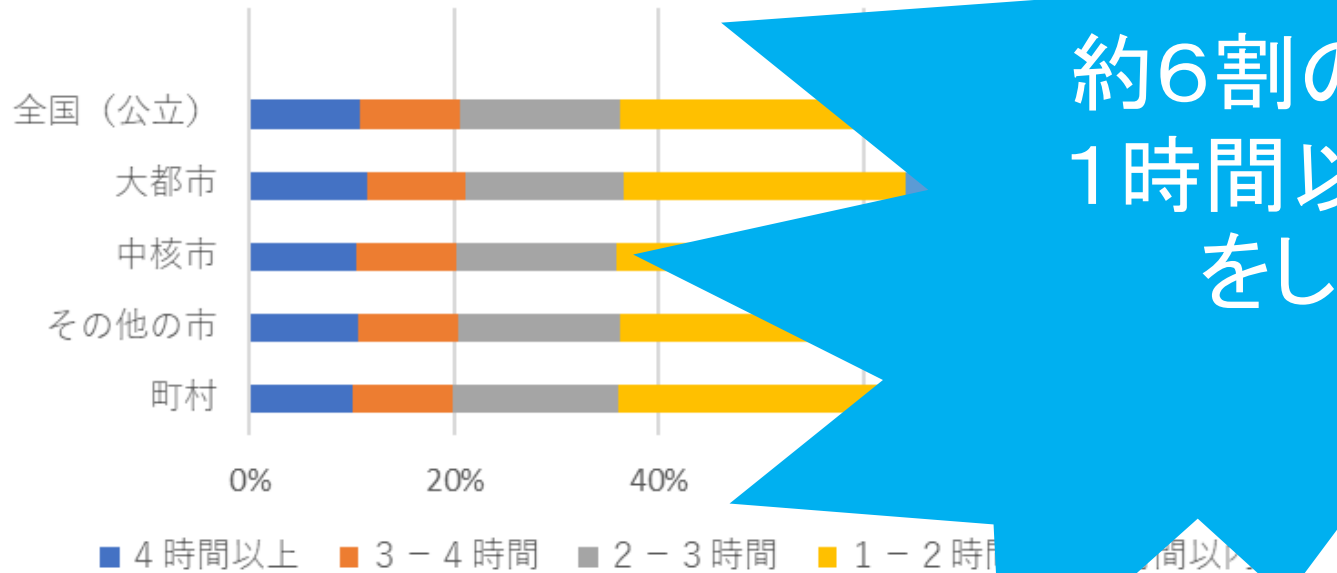
どうして子どもの  
体力は低下した？

# 原因1：子どもの生活全体の変化



# 子どものゲーム時間

1日どのくらいテレビゲームやスマートフォンゲームをするか

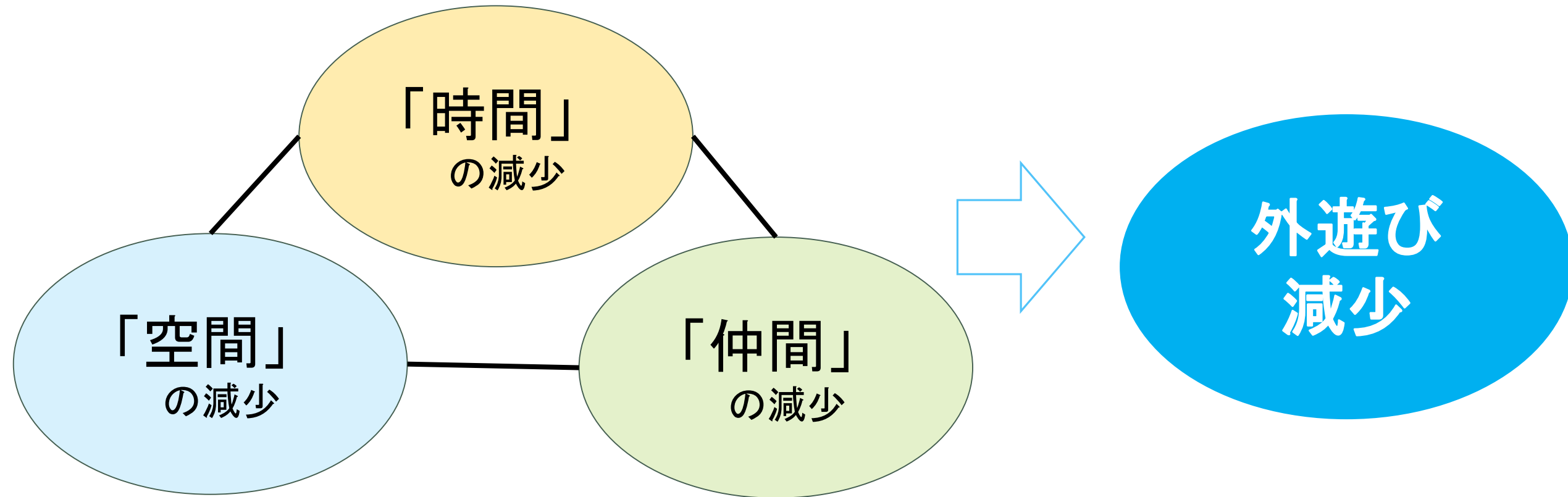


約6割の子どもが  
1時間以上ゲーム  
をしている

参考：平成29年度全国学力・学習状況調査

<http://www.nier.go.jp/17chousakekkahoukoku/index.html>

## 原因2: 三間の減少

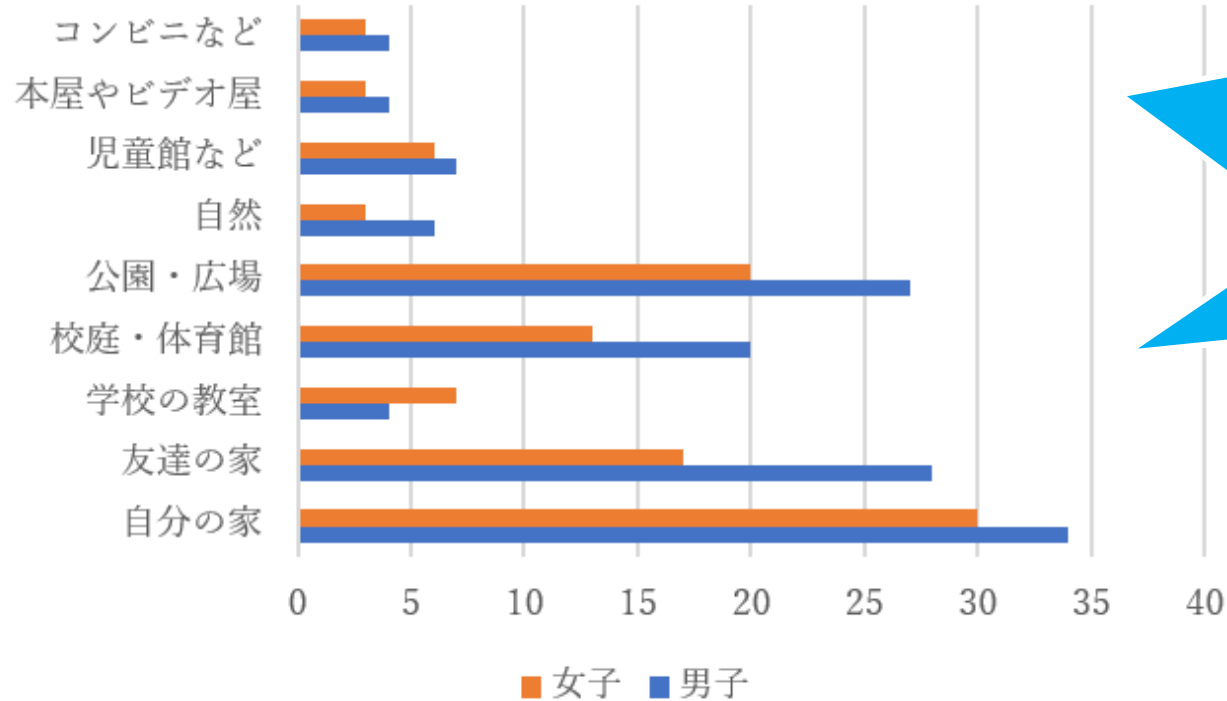


参考：子供の体力の低下の原因：文部科学省

[https://www.mext.go.jp/b\\_menu/shingi/chukyo/chukyo0/gijiroku/attach/1344534.html](https://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo0/gijiroku/attach/1344534.html)

# 外遊びの減少

放課後の遊ぶ場所



屋内中心

子供の体力低下：第2回ベネッセ教育情報サイト  
<https://www.benesse.jp/kyouiku/200711/20071122-61.html>



一橋大学キャンパス  
で遊んでいる子ども  
たちの保護者の方々  
に、実際に聞いて  
きました！

一橋大学キャンパス内にて撮影

# 保護者の声

- ・外遊びをしなくなり近所の人との関係も希薄になった
- ・スマホやゲームに興味を持ち始めている
- ・ゲームと外遊びのバランス考えたい
- ・子どもたちはいつもテレビやDVDを見ていて不安



(H30 6/3 一橋大学キャンパス内にてインタビュー)



## 原因分析まとめ

ゲームなど  
電子機器の  
魅力上昇



外遊びの  
魅力低下



外遊びの  
「時間」の減少

子どもの体力低下

私たちの提言によって...

外遊びの魅力を  
伝えたい！！！！



しかし、子供たちが外遊びの  
楽しさを知ることができる機会  
は現時点でもいろいろある



# ①サマーキャンプ

小中学生が対象の二泊三日程度のキャンプ

子どもたちに楽しい時間を提供し、普段の学校生活では経験することのできない野外での自然との触れ合いと集団生活の楽しみを味わってもらうのが目的



引用:渡連キャンプ場～子供  
SUMMERキャンプ2013  
<https://www.youtube.com/watch?v=4ayF1tV7cn8>  
大岩周辺&あそあそ自然学校  
<http://www.asoaso.jp/archive/bank-h19/h190821/index.htm>

## ② プレーパーク

禁止事項をできるだけ少なくし、自分の責任で自由に遊ぶことを  
モットーにした遊び場

地域住民やボランティアで自主運営しているものが多い



引用:川崎市子ども夢パーク

[http://www.yumepark.net/112\\_play/01\\_playpark/playpark\\_page2.html](http://www.yumepark.net/112_play/01_playpark/playpark_page2.html)

NPOこがねい子ども遊パーク

<https://blogs.yahoo.co.jp/waratotsuchi/folder/1195111.html>



# どちらも遊びの魅力を知る良い機会 →デメリットはあるのか？

①サマーキャンプ  
→**お金がかかる**



②プレーパーク  
→**親の送迎が必要**



どちらも...

→**遊びたい子だけが参加**

## 提言の理想

- ① お金がかからない
- ② 親の負担が少ない
- ③ 子ども全体に影響を与えることができる

# ターゲット

プレゴールデンエイジ(9歳前後)、様々な遊び・スポーツを  
体験させること  
ゴールデンエイジ(10歳前後)に体が動  
かせるように

この時期に体を沢山  
動かすことが大事！

➡ **ターゲットは小学生に絞る！**



子どもの  
体力低下

原因分析

現在の  
取り組み

政策提言



→小学校を利用すれば  
いいのではないか？

# 〈先進事例〉岐阜県の取り組み

期間：平成21年～22年

岐阜県の  
子どもの  
体力低下

体力向上  
推進委員会  
を組織

小学校で  
体力づくり  
の取り組み

様々な効果  
が上がった!

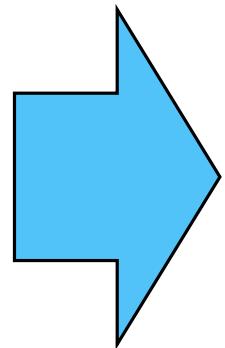
参考:岐阜県元気アップマニュアル

<http://www.gifu-net.ed.jp/kyoka/hotai/genki-up/1satu%20.pdf>

# 〈先進事例〉岐阜県の取り組み

下呂市立菅田小学校

→毎週水曜昼休みに、異なる学年で構成される班での運動の時間を設け、委員会が遊びを実演して紹介



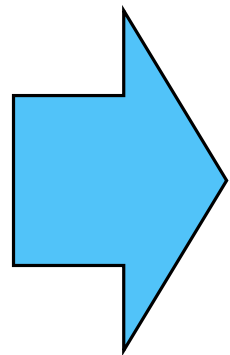
児童の運動  
が多様化

下級生に  
自発的に  
教える姿も

# 〈先進事例〉岐阜県の取り組み

郡上市立大和北小学校

→従来の運動会の種目に縦割り班対抗の長縄跳び、  
学年ごとに運動遊びを競技に取り入れ、保護者や地域の  
人々にむけた発表の場に



学年間の  
交流

上達を目指そう  
と練習

→小学校6年間を通して段階的に  
取り組んでいけるように  
カリキュラム化すればいい！



子どもの  
体力低下

原因分析

現在の  
取り組み

政策提言

## 私たちの提言

小学校の教育に  
「遊び」を取り入れよう

## 活用できる時間①：朝活動の時間

---

- ・多くの小学校がホームルームの時間の後に10分程度の朝活動の時間を設けている

- ・やる内容は学校によって異なる

例) 朝読書、朝運動

## 活用できる時間②：総合の時間

- ・週に2時間「総合的な学習」が設けられている
- ・授業の具体的な内容は、**各学校・教師が決められる**
- ・ねらいは「変化の激しい社会に対応して、**自ら課題を見つけ、自ら学び、自ら考え、主体的に判断し、よりよく問題を解決する資質や能力を育てること**」



## 活用できる時間②：総合の時間

総合の時間は

「**探求的な活動の場**」  
でなければいけない！



# 小学校へのインタビュー

国立第三小学校の副校長先生と体育主任の先生に  
お話を伺った

〈インタビュー内容〉

- ・朝活動の時間、総合の時間について
- ・他に活用できる時間
- ・子どもたちが遊びの魅力を感じるような工夫



# インタビューから得られたこと

〈時間の使い方について〉

- ・朝活動の時間では体を動かすと良い
- ・現在の総合では日々の遊びに繋がる授業は行っていない
- ・昼休みも活用すべき



# インタビューから得られたこと



## 〈企画構築について〉

- ・パソコンや本だけでなく、人から生の声を聞けると良い
- ・他学年との交流が大切

## 具体的な内容 1・2年生

**低学年** → 知っている遊びの種類を増やし、とにかく実践！

週1回

朝活動

- 先生が色々な遊びを実際にやりながら教える

週1回

昼休み

- 朝活動で覚えた遊びを再度やってみる

年1回

昼休み

- 5・6年生が考えた遊びを一緒にやる

## 具体的な内容 3・4年生

中学年→自分たちで遊びを考える！

年1回

### 総合の時間

- 自分たちで遊びを工夫して考える

### 昼休み

- 自分たちで考えた遊びを実践する

## 具体的な内容 3・4年生

総合の時間は**探求的な活動**のサイクルに沿って進める

- ①**課題の設定**: 先生が遊びの大枠を提示
- ②**情報の収集**: 遊びについて、調べたり人に聞いたりする
- ③**整理、分析**: 昼休みに試してみても課題を見つける
- ④**まとめ、表現**: 改善点をふまえ再度実践してみる

# 具体的な内容 5・6年生

高学年→低学年の子どもと楽しめる遊びを考える！

年1回

## 総合の時間

- 5年生は2年生と、6年生は1年生と楽しめる遊びを考える

## 昼休み

- 総合の時間に考えた遊びを低学年と実践する



## 具体的な内容 5・6年

総合の時間は3・4年生と同じく**探求**に沿って進める

年齢も体格も違う  
子どもと問題なく  
遊ぶための工夫を  
考えることが大事！

- ①**課題の設定**：先生が遊びの大枠を提示
- ②**情報の収集**：遊びについて、調べたり人に聞いたりする
- ③**整理、分析**：昼休みに試してみても課題を見つける
- ④**まとめ、表現**：改善点をふまえ再度実践してみる

# 提言の全体像



段階的に遊びの魅力を知ることができる

1・2年生

遊びを  
知る、学ぶ

3・4年生

自分たちで  
遊びを考える

5・6年生

自分とは異なる  
人が楽しめる  
遊びを考える

# この提言が実施されることで…

---

● 遊びの魅力  
を知る！

● 外遊びに  
割く時間  
が増加！

● 子どもの  
体力低下  
が改善！



# 参考文献

---

- ・ 岐阜県元気アップマニュアル

<http://www.gifu-net.ed.jp/kyoka/hotai/genki-up/1satu%20.pdf>

- ・ 子供の体力向上ホームページ

<https://www.recreation.or.jp/kodomo/current/now.html>

- ・ 子供の体力の低下の原因：文部科学省

[https://www.mext.go.jp/b\\_menu/shingi/chukyo/chukyo0/gijiroku/attach/1344534.htm](https://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo0/gijiroku/attach/1344534.htm)

- ・ 子供の体力低下：第2回ベネッセ教育情報サイト

<https://www.benesse.jp/kyouiku/200711/20071122-61.html>

- ・ 笹川スポーツ財団「スポーツとは何か」

<http://www.ssf.or.jp/history/essay/tabid/1112/Default.aspx>

- ・ 総合的な学習の時間：文部科学省

[http://www.mext.go.jp/a\\_menu/shotou/sougou/main14\\_a2.htm](http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/sougou/main14_a2.htm)

- ・ SPOMEMO：ゴールデンエイジとは

<http://sportsmemories.jp>

- ・ 平成29年度全国学力・学習状況調査

<http://www.nier.go.jp/17chousakekkahoukoku/index.html>

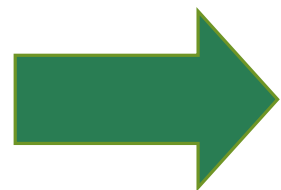
ご清聴ありがとうございました！

# なぜ外遊びなのか

---

## ①気軽に参加できる

お金がかからない、ルールは自由



敷居が低く、気楽にできる

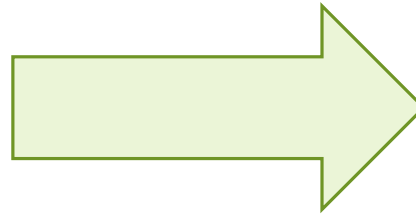
# なぜ外遊びなのか

## ②基礎体力の向上

高いところに登る

泥まみれで遊ぶ

汗をかく



バランス感覚↑

免疫力↑

体温調節機能↑

# なぜ外遊びなのか

---

誰でも参加できる

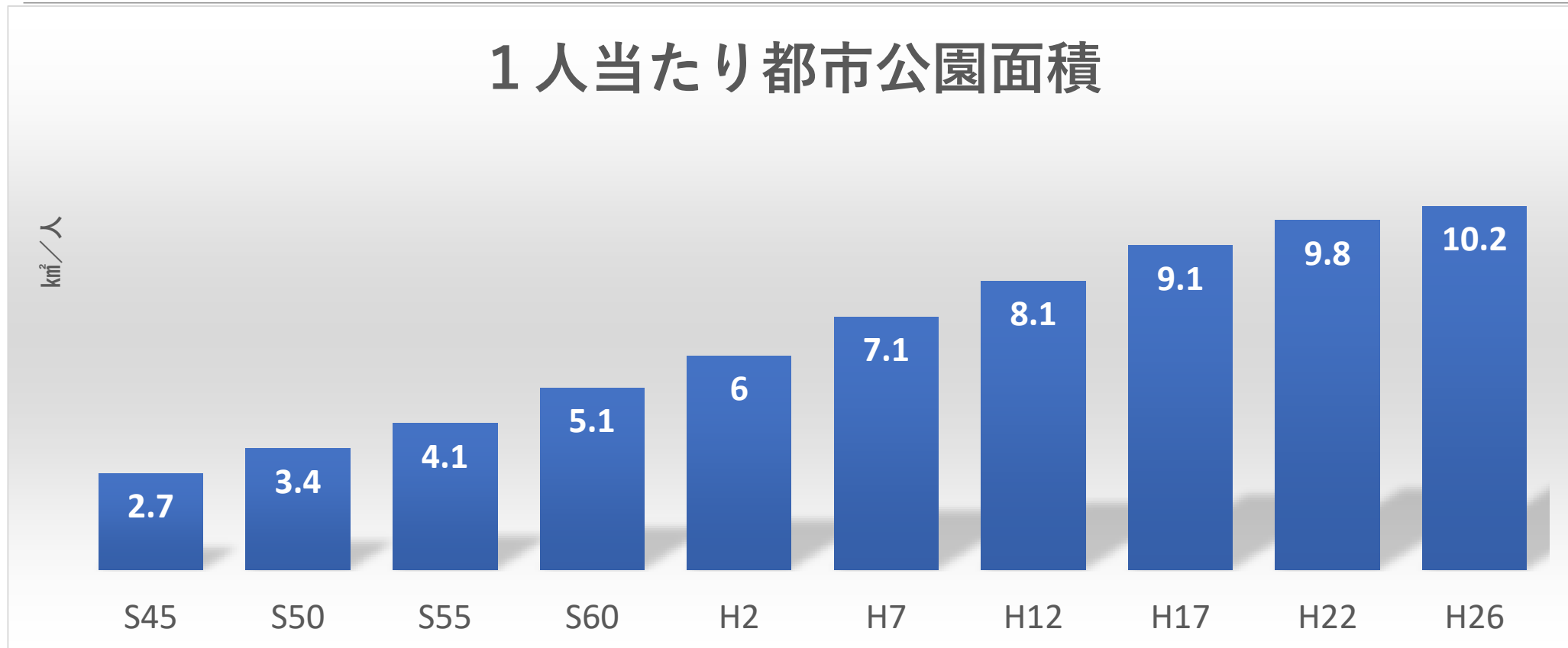
基礎体力の向上



多くの子どもたちの体力の向上につながる！



# 空間の減少について



参考：国土交通省 都市公園データベース

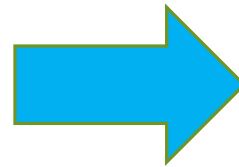
[http://www.mlit.go.jp/crd/park/joho/database/t\\_kouen/pdf/04\\_h28.pdf](http://www.mlit.go.jp/crd/park/joho/database/t_kouen/pdf/04_h28.pdf)

# 仲間の減少について

原因1:少子化による兄弟姉妹の減少

原因2:塾や習い事によって放課後友達と時間が合わない

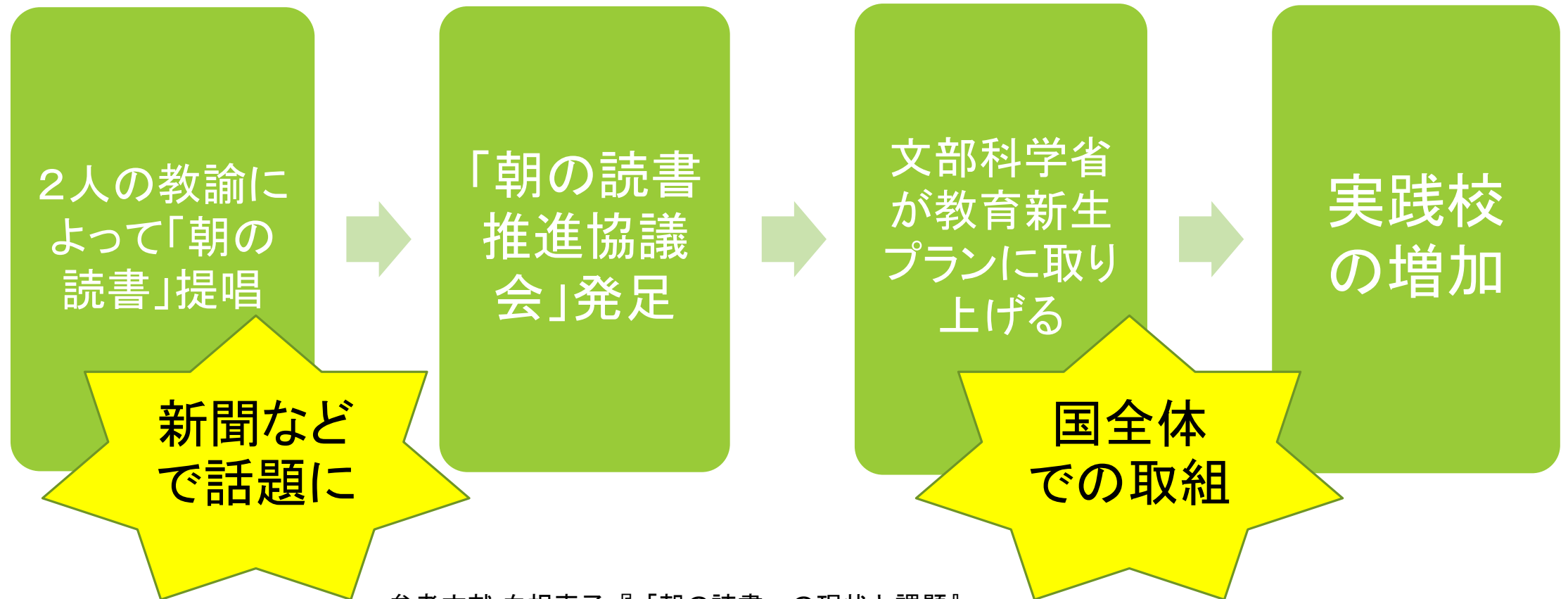
原因2に注目！



時間の減少  
と直結！

参考：文部科学省 子供の体力低下の原因  
[http://www.mext.go.jp/b\\_menu/shingi/chukyo/chukyo0/gijiroku/attach/1344534.htm](http://www.mext.go.jp/b_menu/shingi/chukyo/chukyo0/gijiroku/attach/1344534.htm)

# 「朝の読書」定着の流れ



参考文献:白根恵子『「朝の読書」の現状と課題』  
[https://ci.nii.ac.jp/els/contentscinii\\_20170607185822.pdf?id=ART0009709809](https://ci.nii.ac.jp/els/contentscinii_20170607185822.pdf?id=ART0009709809)

# 「朝の読書」を参考にして...

---

